

幼保連携型認定こども園における体力・運動能力の年齢変化と園外の身体活動量の実態

Age Changes in Physical and Athletic Abilities and Actual Physical Activity Outside of the School

(2020年3月31日受理)

土田 豊 渡部 昌史* 青木 謙介**
Yutaka Toda Masashi Watanabe Kensuke Aoki

Key words : 幼保連携型認定こども園, 幼児, 体力・運動能力測定, 身体活動量

要 旨

幼保連携型認定こども園において、年中・年長児を対象とした体力・運動能力の測定を実施した。その結果、体力・運動能力の測定結果の全国平均値との比較において、男女ともに25m走の能力が有意に下回っていることが明らかとなった。また、保護者へのアンケートでの活動量調査の集計から、園外では静的な遊びをして過ごす割合及び時間が多く、広い場所を走り回るような遊びはほとんど実施されていないことが明らかとなった。

今後、園外での過ごし方についても啓発しつつ、園での保育活動において走運動も意識しつつ、多種多様な動的な運動遊びを取り入れていくことの必要性が示唆された。

1. 研究の背景と目的

子どもたちの体力・運動能力は、1985年頃をピークに以後下降し、回復傾向はみられるものの、低い水準で推移している。その背景には様々な要因があり、1955年と比べて外遊びの時間や遊び空間の減少といった生育環境が、大きく変化してきていること（仙田；2006）も1つの要因として考えられる。また、身体活動量の指標の1つである歩数において、2000年代の幼児は、1970年代の幼児と比べて、大きく減少している実態がある（中野ほか；2010）。

真家（2017）は、身体活動量と体力・運動能力には有意な相関があることを明らかにしていることから、子どもたちの身体活動量の低下は、体力・運動能力を高める観点からも注意が必要と言える。

そのような状況を鑑み、教育機関を中心に試行錯誤しながらの取り組みを施しているものの、今だ改善に至っていないのが現状である。体力・運動能力を高める観点

から見た子どもたちを取り巻く環境は、決して望ましいものばかりではない。仙田が報告した1955年当時の子どもたちとの生育環境の変化に加え、現代では社会的な治安や交通環境の観点で、子どもたちが犠牲となる事件や事故が後を絶たず、野外で体を動かして安全に遊べる環境の減少が、さらに遊び空間を限定的にする要因となっている（田代；2015）。加えて、少子化の影響により、近所に遊ぶ友だちがおらず、一人遊びを余儀なくされるということも影響している。

その一方で、幼児期は様々な動きを獲得するに最適な時期と考えられており、この時期にどれだけ多種多様な動きを経験したかが、その後の運動習慣に影響を与えると考えられている（高原ほか；2017）。さらには、様々な動きの獲得が、骨折等の大きなけがの防止の観点からも重要であると考えられる。具体的には、走・跳・投などの基本的な動きの獲得は、その後のスポーツへの発展的動きの礎となっていると同時に、子ども同士での活動を通して社会性の育ちを促すことにもつながる（文部科

*新見公立大学 **聖カタリナ大学

学省, 2013).

このような状況を鑑みた際、現代を生きる子どもたちが日常生活を送るうえで、安心・安全な環境が確保されることが重要であると共に、友だちと一緒に様々な動きの経験を重ねることのできる環境づくりにおいて、保育や教育の現場が担う役割はますます大きくなっていると考えられる。

そこで、本研究では、2019年4月に開園した幼保連携型認定こども園の年中・年長児を対象として、安心・安全な環境で日々の生活を送っている子どもたちの体力・運動能力の状態、並びに園外での身体活動量の現状を把握することを目的として調査を実施することとした。

2. 研究の方法

2-1 調査対象

対象は、2019年4月に開園した幼保連携型認定こども園（以下「A園」とする）在園の4歳児50名（男児31名、女児19名）、5歳児11名（男児8名、女児3名）である。なお、調査の実施に当たり体力・運動能力測定と質問紙調査については、研究以外には使用しないこと、研究に協力しないこと、また途中で研究への同意を撤回することで不利益を被ることがないこと、回答は任意であること、目的・方法・個人名が特定されないことを文書で説明し、同意書への承諾が得られた園児のみを対象とした。

2-2 調査期間

○体力・運動能力測定：2019年9月12日実施

○活動量質問紙調査：2019年9月12日～20日の間に記入し提出（資料参照）

2-3 調査内容

1) 身体活動量調査

園児の身体活動量を把握するため、保護者に対して、子どもの運動遊びの時間、頻度、内容についてアンケートを実施した。アンケートの内容は、静的な活動6項目と動的な活動7項目（その他を含む）の有無、その活動1週間当たりの実施日数、1日当たりの平均的な実施時間（1:15分未満、2:15-30分、3:30-60分、4:それ以上）である。

2) 身体特性

対象者の身体特性として、身長、体重を計測した。

3) 体力・運動能力測定

25m走、立ち幅跳び、ボール投げ、開眼片足立ちの4種目を測定した。各種目の実施・測定方法等は以下のとおりである。

○25m走

25m直走路の通過時間測定を行う。計測は1回実施し、記録は1/10秒単位とする。

○立ち幅跳び

両足踏み切りによる跳躍距離を測定する。計測は2回実施し、上位の記録を採用する。記録は、cm単位とする。

○ボール投げ

硬式テニスボールを使用して投距離を測定する。計測は2回実施し、上位の記録を採用する。記録は50cm単位とする。

○開眼片足立ち

開眼片足立ちによる立位保持時間を測定する。計測は2回実施し、上位の記録を採用する。記録は秒単位とする。測定の上限を120秒とし、1回目で120秒に達した場合は、2回目は実施しない。

3. 分析方法

調査対象者のうち、測定できなかった種目とアンケートの未回答は、欠損値とした。体力・運動能力の各項目については、全国平均値と比較した。検定には、t検定を用い有意水準は5%とした。

園外での身体活動量については、身体活動時間「静的活動6項目」「動的活動7項目」を単純集計した。

4. 倫理的配慮

この研究計画は、中国短期大学倫理委員会に付託し承認を得た（承認番号1-4）。

5. 結果と考察

表-1～4並びに図-1～4には、身体特性として測定した対象者の身長・体重の年齢群ごとの平均値を示した。また、全国平均値（日本成長学会；2000）を用い、対象者の身体特性を比較した。その結果、今回の対象者はお

おむね全国平均値並みの身体特性を持っていることが分かった。

ただ、身長・体重共に女児の5歳児前半の年齢群のみ有意に低い値となっている。久保（2014）らの調査によると、身長や体重と体力・運動能力には有意な相関があることも報告されていることから考えると、身体活動を積極的に実施することが、身長・体重といった体力の伸長に影響を与えるとも考えられる。そういった意味でも身長・体重の推移は、今後も注視していく必要がある。

[身長]

表-1 身長の平均値比較【男児】

	A園	全国平均	
4歳前半	104.2 (0.7)	103.0 (4.1)	N.S.
4歳後半	105.1 (1.1)	106.2 (4.3)	N.S.
5歳前半	106.8 (1.1)	109.4 (4.5)	N.S.
5歳後半	111.5 (2.3)	112.7 (4.7)	N.S.
6歳前半	110.9 (1.3)	116.1 (4.9)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す

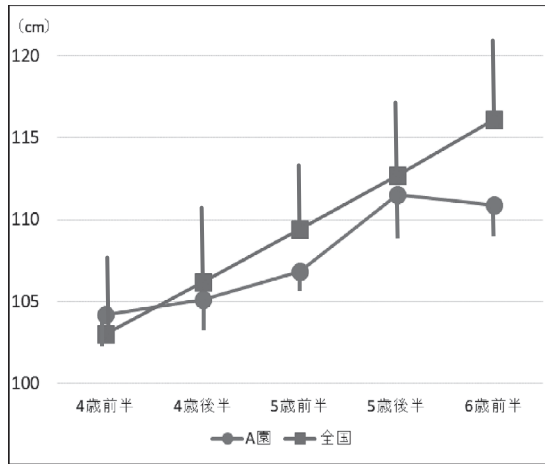


図-1 身長の平均値比較【男児】

表-2 身長の平均値比較【女児】

	A園	全国平均	
4歳前半	100.9	103.0 (4.0)	
4歳後半	106.5 (1.6)	106.2 (4.2)	N.S.
5歳前半	104.9 (1.7)	109.4 (4.4)	*
5歳後半	111.5 (1.4)	112.7 (4.8)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す

*p<0.05

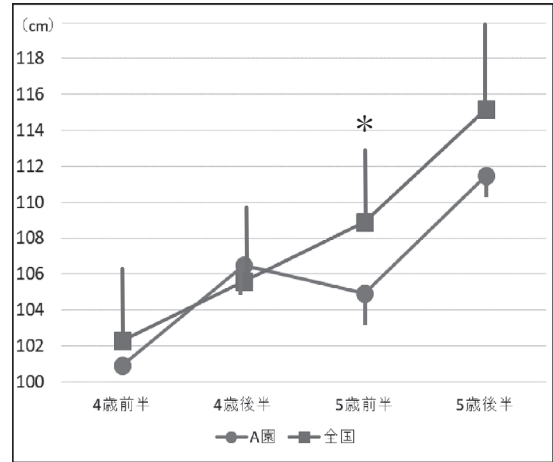


図-2 身長の平均値比較【女児】

[体重]

表-3 体重の平均値比較【男児】

	A園	全国平均	
4歳前半	16.2 (0.4)	16.4 (2.1)	N.S.
4歳後半	16.5 (0.4)	17.5 (2.4)	N.S.
5歳前半	17.1 (0.6)	18.7 (2.9)	N.S.
5歳後半	18.0 (0.4)	20.1 (3.2)	N.S.
6歳前半	17.7 (0.2)	21.6 (3.7)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す

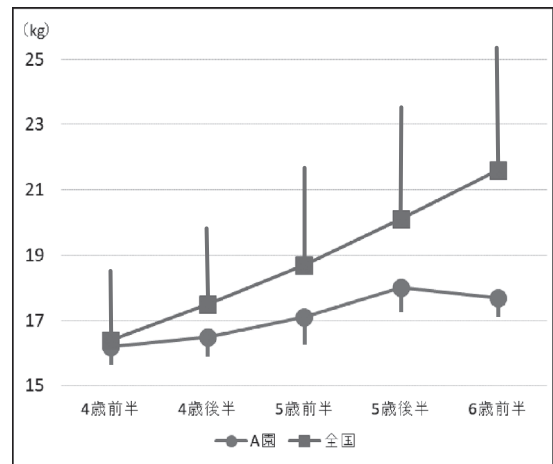


図-3 体重の平均値比較【男児】

表-4 体重の平均値比較【女児】

	A園	全国平均	
4歳前半	14.5	16.1 (2.2)	
4歳後半	17.7 (0.7)	17.2 (2.2)	N.S.
5歳前半	16.1 (1.0)	18.2 (2.6)	*
5歳後半	17.8 (0.1)	21.0 (3.5)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す

*p<0.05

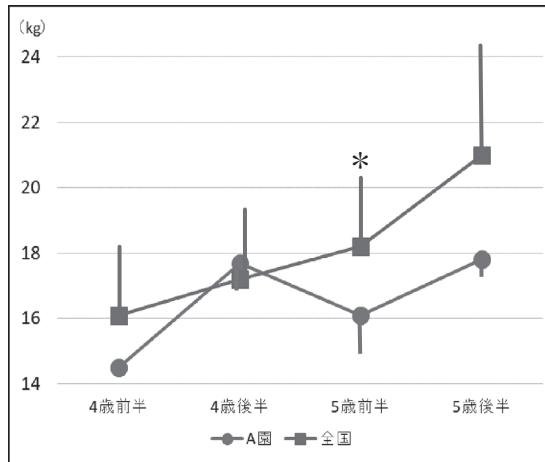


図-4 体重の平均値比較【女児】

表-5～10並びに図-5～10には、体力・運動能力の測定結果を年齢群ごとの平均値で示した。また、全国平均値（東京首都大学；2007）を用い、対象者の体力・運動能力を比較した。その結果、今回の対象者は走力を除き、おおむね全国平均値並みの体力・運動能力を持っていることが分かった。

[25m走]

走力の指標として用いられる25m走においては、男女ともに全国平均値を下回る結果となっており、特に4歳後半～5歳後半の年齢群で有意な差となっている。吉田らの研究によると（2007）、走力に限らず体力・運動能力の向上は、質よりも量に左右される傾向が強いため、広く、自由に走り回ることができることのできる環境の減少や遊び仲間の減少が、走力の低下という形で表出していることも予想される。そういった意味でも、広くて自由に走り回ることのできる園庭のある保育・教育の現場において、走運動に限らず様々な動きを含めた保育活動を展開していくことの必要性が示唆された。

[立ち幅跳び]

瞬発力の指標として用いられる立ち幅跳びでは、男女ともにほぼ全国平均を上回っていることが分かった。瞬発力を高める運動は、走運動に比べて狭いエリアでも実施することが可能なため、日常の遊びの中にも取り入れやすく、経験の量もある程度確保されていたことが予想され、今回の結果にもつながっているのではないかと考えられる。

[ボール投げ]

巧緻性や協応性の指標として用いられるボール投げは、男女ともほとんどの年齢群において全国平均値を下回っている。ただ、男子の4歳前半の年齢群のみ全国平均に比べ有意に高い記録だった。

1980年代以降全国的にみて急激に低下した運動能力の項目の1つがこのボール投げで、その原因の究明と能力を高める方法が専門家の間でも常に議論されている。その原因として考えられる最たるものは、単純に子どもたちの遊びの中から投げる動作を伴った遊びが激減したことである（細井；2004）。かつては、野球が子どもたちの取り組むスポーツの中心であったため、キャッチボールも1つの遊びとして頻繁に行われていたのが、時代の変化と共に多種多様なスポーツに取り組める環境が整い、選択の幅が広がったことも影響していると考えられる。これは、否定的な捉え方ではなく、子どもたちにとっては選択の幅が広がったという面でプラスに捉えることが賢明であるが、早くから1つのスポーツに限定的に取り組むのではなく、複数のスポーツに取り組むことで、より多様な動きを習得していくことが理想的である。

その一方で子どもたちを取り巻く環境面からの原因としては、子どもたちが自由にボール遊びができる遊び場が激減したことがある。公園でボールを使って遊ぶことが禁止されていたり、複数の年齢層が集う校庭でもボールの使用に制限がかけられるなど、子どもたちの遊び環境との関係性も大きく投能力の低下に影響していると考えられる（埴；2010）。

今回の調査でもその影響が出始めていると捉え、今後の保育・教育活動の中で遊びを通して高めていけるような展開を検討していくことの必要性が示唆された。

[25m走]

表-5 25m走の平均値比較【男児】

	A園	全国平均	
4歳前半	8.3 (0.4)	16.4 (1.6)	N.S.
4歳後半	8.2 (0.4)	17.5 (1.1)	*
5歳前半	7.9 (0.2)	18.7 (0.7)	**
5歳後半	7.2 (0.5)	20.1 (0.8)	N.S.
6歳前半	6.7 (0.4)	21.6 (0.7)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す
* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

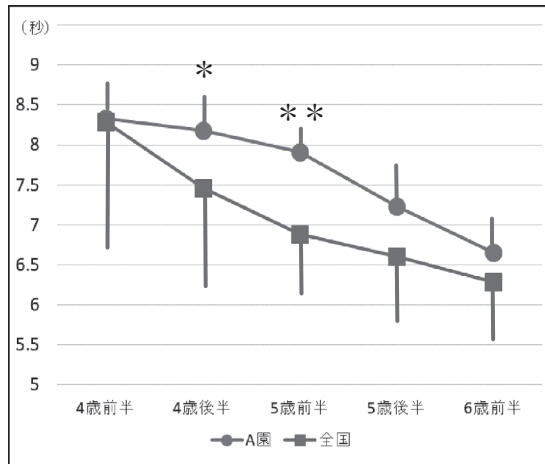


図-5 25m 走の平均値比較【男児】

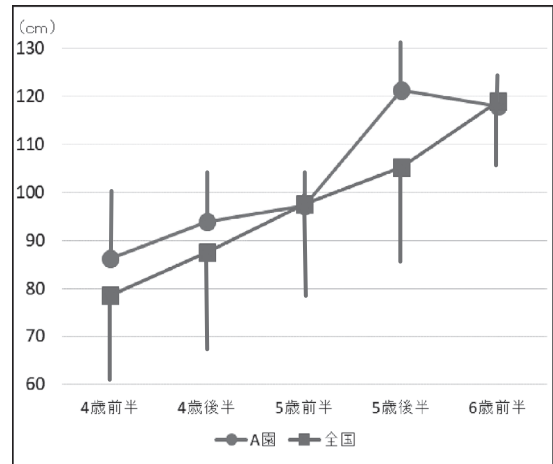


図-7 立ち幅跳びの平均値比較【男児】

表-6 25m走の平均値比較【女児】

	A園	全国平均	
4歳前半	8.4	8.6 (4.0)	
4歳後半	9.6 (0.7)	7.7 (4.2)	* *
5歳前半	7.9 (0.4)	7.4 (4.4)	N.S.
5歳後半	7.8 (0.4)	6.9 (4.8)	*

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す
*p<0.05 **p<0.01

表-8 立ち幅跳びの平均値比較【女児】

	A園	全国平均	
4歳前半	72.0	68.7 (4.0)	
4歳後半	82.1 (7.2)	75.9 (4.2)	N.S.
5歳前半	89.7 (3.8)	82.4 (4.4)	N.S.
5歳後半	109.0 (11.0)	95.7 (4.8)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す

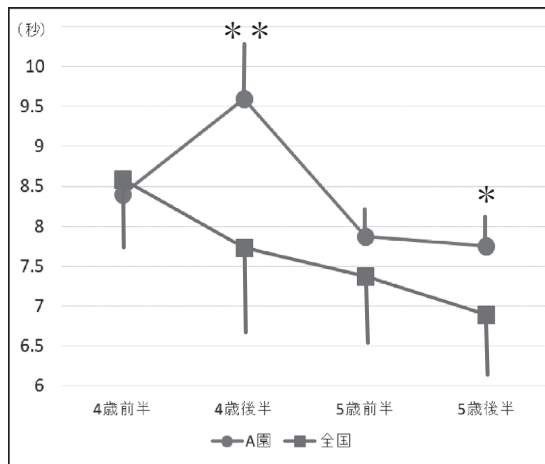


図-6 25m 走の平均値比較【女児】

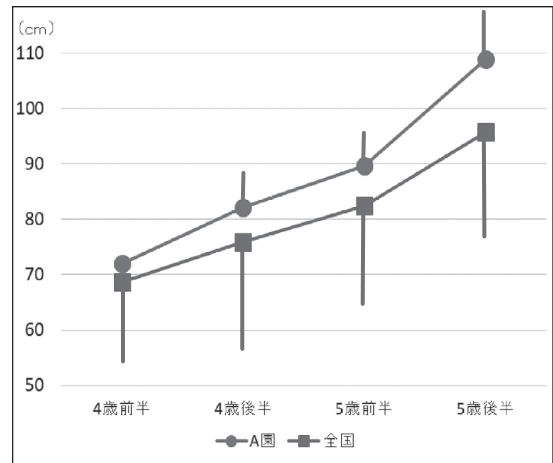


図-8 立ち幅跳びの平均値比較【女児】

[立ち幅跳び]

表-7 立ち幅跳びの平均値比較【男児】

	A園	全国平均	
4歳前半	86.3 (12.4)	78.6 (18.3)	N.S.
4歳後半	93.8 (8.7)	87.6 (19.6)	N.S.
5歳前半	97.2 (4.2)	97.5 (18.5)	N.S.
5歳後半	121.3 (8.7)	105.2 (18.5)	N.S.
6歳前半	118.0 (3.0)	118.9 (13.6)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す

[ボール投げ]

表-9 ボール投げの平均値比較【男児】

	A園	全国平均	
4歳前半	5.2 (0.9)	3.8 (1.5)	*
4歳後半	5.4 (0.6)	5.2 (1.9)	N.S.
5歳前半	5.6 (0.6)	6.1 (2.3)	N.S.
5歳後半	6.9 (1.5)	7.4 (2.7)	N.S.
6歳前半	6.3 (1.8)	7.6 (2.8)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す
*p<0.05

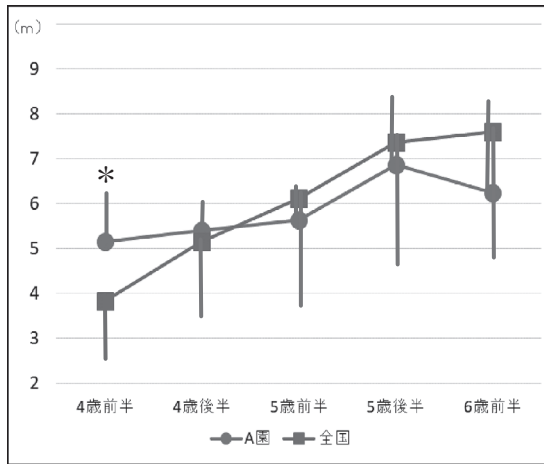


図-9 ポール投げの平均値比較【男児】

表-10 ポール投げの平均値比較【女児】

	A園	全国平均	
4歳前半	1.0	2.9 (0.9)	
4歳後半	3.2 (0.6)	4.5 (5.1)	N.S.
5歳前半	4.5 (0.5)	3.7 (1.4)	N.S.
5歳後半	4.9 (1.3)	5.8 (1.4)	N.S.

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す
*p<0.05

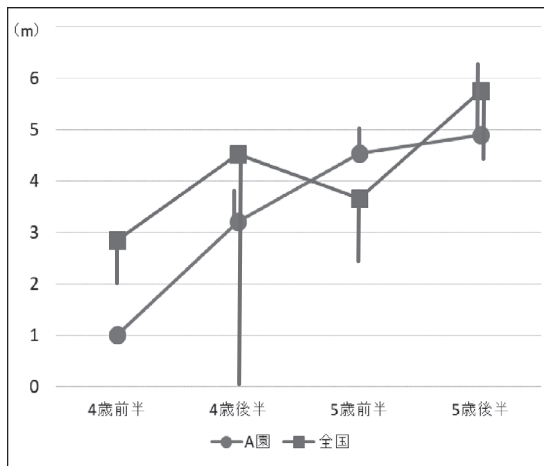


図-10 ポール投げの平均値比較【女児】

就学前の子どもたちの基本的な動作は、大きく平衡性、移動性、操作性の3つのカテゴリーに分けられており、この時期の経験量の如何によって、その後の運動習慣にも影響すると言われている(石河ほか;1980)。今回、平衡性の指標として用いられる開眼片足立ちの測定を実施した。図-11に示したように年齢が上がるにつれて平衡性も向上する様子が確認された。開眼片足立ちにおいては、全国的な比較データがなく発達の状況を客観的に

評価することができないため、今後も定期的に測定することで、その推移を注視していく必要がある。

[開眼片足立ち]

表-11 開眼片足立ちの男女平均値

	男児	女児
4歳前半	18.4 (16.6)	20.0
4歳後半	16.5 (23.5)	28.6 (10.3)
5歳前半	18.3 (12.4)	41.6 (46.5)
5歳後半	47.8 (33.6)	25.5 (0.7)
6歳前半	48.0 (33.9)	

表中の数値は平均値(標準偏差)を示す
*p<0.05 **p<0.01

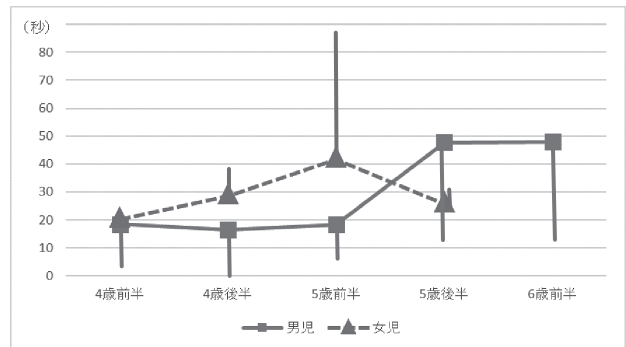


図-11 開眼片足立ちの男女平均値

表-12は、園外での活動量を把握することを目的として、保護者にアンケートの回答を求めた結果一覧である。この結果を考察するにあたり、調査対象であるA園が幼保連携型認定こども園という特性上、いわゆる教育利用児(幼稚園)と保育利用児(保育園)が混ざった状態であるため、家庭で過ごす時間に差があることを前提として考える必要がある。

そのような園児の背景も鑑みながら園外での身体活動量調査結果を眺めたところ、1週間の内5日以上実施している遊びでは、テレビを見たり、座位でのおもちゃ遊びをしたりする静的な遊びの割合が高く、かけっこをしたり、ボールを使った遊びをしたりする割合は低いことが分かった。

前述の走能力において、全国平均値を大きく下回る結果が出ていたことも考え合わせると、かけっこ遊びの実施日数並びに1回あたりの実施時間が少ないことも1つの要因として合致していると考えられる。

今回の調査において1週間のうちの実施日数、1日当たりの遊びに費やす時間共に、静的な遊びの方が多く費

表-12 家庭における身体活動量調査結果

	実施の有無		1週間当たりの実施日数							1日当たりの平均的な実施時間				
	あり	なし	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上	
静的な遊び	1. 塗り絵/お絵描き/工作	92.86	7.14	33.33	30.77	15.38	10.26	5.13	2.56	2.56	20.51	64.10	15.38	0.00
	2. 座りながらのおもちゃ遊び (人形/パズル/知育玩具など)	95.24	4.76	5.00	15.00	7.50	12.50	22.50	0.00	37.50	2.50	45.00	47.50	5.00
	3. テレビ・DVD観賞	100.00	0.00	2.38	4.76	0.00	4.76	14.29	0.00	73.81	0.00	16.67	40.48	42.86
	4. テレビゲーム (Nintendo Wiiのような身体を動かすゲームは除く)	38.10	61.90	25.00	18.75	18.75	6.25	18.75	6.25	6.25	25.00	31.25	31.25	12.50
	5. 音楽を聴く/歌を歌う	88.10	11.90	13.51	18.92	8.11	5.41	21.62	0.00	32.43	56.76	27.03	13.51	2.70
	6. 本を読む/読み聞かせる	90.48	9.52	10.53	13.16	21.05	7.89	21.05	2.63	23.68	63.16	28.95	7.89	0.00
動的な遊び	7. 家の中で身体を動かして遊ぶ (ダンス、かけっこ、乗って遊ぶおもちゃ、Nintendo Wiiのような身体を動かすゲームなど)	88.10	11.90	11.11	19.44	8.33	13.89	22.22	5.56	19.44	40.54	45.95	8.11	5.41
	8. 散歩・徒歩 (ある場所からある場所へ歩いて移動することも含みます)	85.71	14.29	30.56	30.56	16.67	2.78	5.56	2.78	11.11	22.22	44.44	27.78	5.56
	9. 公園の遊具を使った遊び (ブランコ、すべり台など)	78.57	21.43	30.30	33.33	15.15	9.09	9.09	0.00	3.03	9.09	30.30	42.42	18.18
	10. ボールを使った遊び	52.38	47.62	36.36	31.82	18.18	4.55	4.55	0.00	4.55	42.86	47.62	4.76	4.76
	11. かけっこ遊び (鬼ごっこや缶けりなど)	64.29	35.71	40.74	11.11	14.81	11.11	3.70	0.00	0.00	59.26	33.33	3.70	3.70
	12. 飛び跳ねる遊び (なわとび、ゴム跳びなど)	26.19	73.81	45.45	18.18	9.09	9.09	18.18	0.00	0.00	90.91	9.09	0.00	0.00
	13. スポーツ・運動系の習い事① (内容:)	36.59	63.41	80.00	13.33	6.67	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	40.00	60.00
	14. スポーツ・運動系の習い事② (内容:)	7.14	92.86	100.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	33.33	66.67
	15. その他の身体活動 (内容:)	17.07	82.93	50.00	16.67	16.67	0.00	16.67	0.00	0.00	28.57	28.57	14.29	28.57

やしている。アンケート調査を実施した時期は9月であるため、気温との兼ね合いもあるが比較的外遊びがやりやすい時期であるにも関わらず、室内での静的な遊びが多いという実態が明らかとなったということは、外遊びのできにくい環境(近所に友達がいらない、安全に遊べる場所がないなど)があることの裏付けと考えることもできる。文部科学省は、1日60分の運動を推奨していることから考えると、特に週末家庭で過ごす際には、保護者に対し、具体的な時間を含めた動的遊びの実施を啓発していく必要性もある。

6. 今後の課題

今回の調査は、2019年度開園したA園に在園している年中・年長児の体力・運動能力並びに園外における身体活動量の現状を把握することと、全国的な調査結果と比較することで、走跳投能力の状態を把握するという2つの目的を達成することができたと考えている。

今後は、今回の結果を受け、日々の保育活動や園外での過ごし方を検討・改善し子どもたちにとってより良い環境づくりに努めていければと考えている。また、定期的に調査を実施することで、園全体あるいは個人の変化について注視していくことが、研究を深めると共に保育

の質の向上にもつながると考えられる。

7. 引用文献

- 仙田満(2006) シンポジウム「子どもを元気にする環境とは—政策の現状と評価—」より『こどもの生育環境としての都市・建築』,
(<http://www.scj.go.jp/ja/member/iinkai/kodomo/siryu3.pdf>), 15-19
- 中野貴博, 春日晃章, 村瀬智彦(2010) 生活習慣および体力との関係を考慮した幼児における適切な身体活動量の検討. 発育発達研究46, 49-58
- 真家英俊(2017) 中学年児童における日常の身体活動量と体力・運動能力との関係. 東京未来大学研究紀要(10) 145-153
- 田代幸代(2015) 最新保育講座⑦保育内容「健康」, ミネルヴァ書房, 74-75
- 高原和子, 坂田和子, 牧正興, 角南良幸, 黒木晶, 西浦和樹(2017) 南相馬市の幼児の体力・運動能力調査報告. 福岡女学院大学紀要(18) 31-37
- 文部科学省(2013) 幼児期運動指針ガイドブック, サンライフ企画, 21-28
- 日本成長学会(2020) 2000年日本人小児の体格標準

値, 日本成長学会・日本小児内分泌学会合同標準
値委員会 <http://www.auxology.jp/ja-children-physique> (2020年3月18日アクセス)

久保温子・村田伸・平尾文・小渕可奈子 (2014) 幼
児期における開眼片足立ち測定の妥当性の検
討, *Japanese Journal of Health Promotion and
Physical Therapy*, 4 (2), 77-81

東京首都大学東京体力標準値研究会編 (2007) 新・日本
人の体力標準値Ⅱ. 不昧堂.

吉田伊津美, 杉原隆, 森司朗 (2007): 幼稚園における健康・
体力づくりの意識と運動指導の実態. *東京学芸大学
紀要* (58) 75-80

細井誠, 岡村泰斗, 若吉浩二 (2004) めんこ投げや紙てっ
ぼう遊びが児童の投動作に及ぼす影響, *奈良教育大
学紀要*, 53 (2) 41-49

埴佐敏 (2010) 児童の投能力向上のための指導法の在り
方について—自作教材“ステップくん”の有効性の
検討—. *新潟医療福祉学会誌*9 (2) 62-68

石河利寛, 栗本関夫, 勝部篤美, 近藤充夫, 前川峰雄,
松田岩男, 森下はるみ, 清水達雄, 末利博, 高田典
衛 (1980) 幼稚園における体育カリキュラムの作成
に関する研究, I. カリキュラムの基本的な考え方
と予備的調査の結果について. *体育科学*8, 150-155

資料

園児の身体活動量に関する調査(保護者)

1. お子様のお名前をお書きください。

名前

2. 以下の質問は、お子様が日常生活の中でどれくらい身体を動かしているか(どのような身体活動を行っているか)を調べるものです。ここ1ヶ月間、ご家庭でお子様が以下のような活動を行うことができましたか。また、「あった」と回答された方は、お子様は週に何日、平均して1日どれくらいの時間、そのような活動をされていたかもお答えください。

	実施の有無	1週間あたりの実施日数	1日あたりの平均的な実施時間 (60分以上の場合は、具体的な実施時間もご記入ください)			
			15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
(記入例) 「1. 塗り絵/お絵かき/工作」を 週3日、1日1時間している場合	なかった・ あった	週 <u>3</u> 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (<u>1</u> 時間 分)
「2. 座りながらのおもちゃ遊び」を 週5日、1日20分している場合	なかった・ あった	週 <u>5</u> 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
1. 塗り絵/お絵描き/工作	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
2. 座りながらのおもちゃ遊び (人形/パズル/知育玩具など)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
3. テレビ・DVD 観賞	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
4. テレビゲーム (Nintendo Wii のような身体を動かす ゲームは除く)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
5. 音楽を聴く/歌を歌う	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
6. 本を読む/読み聞かせる	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
7. 家の中で身体を動かして遊ぶ (ダンス、かけっこ、乗って遊べる おもちゃ、Nintendo Wii のような身体を 動かすゲームなど)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
8. 散歩・徒歩 (ある場所からある場所へ歩いて 移動することも含まれます)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
9. 公園の遊具を使った遊び (ブランコ、すべり台など)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
10. ボールを使った遊び	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
11. かけっこ遊び (鬼ごっこや缶けりなど)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
12. 飛び跳ねる遊び (なわとび、ゴム跳びなど)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
13. スポーツ・運動系の習い事① (内容:)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
14. スポーツ・運動系の習い事② (内容:)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)
15. その他の身体活動 (内容:)	なかった・あった	週 ____ 日	15分未満	15-30分未満	30-60分未満	それ以上 (時間 分)

以上で質問は終わりです。

ご多用中、調査にご協力いただき、ありがとうございました。

ご記入いただいた調査票は、9月20日(金)までにご提出くださいますようお願い申し上げます。

